

## **Formation - Prendre la parole avec aisance**

### *Formation pour les structures*

Vous êtes responsable des ressources humaines ou bien dirigeant d'une structure qui se définit par sa forte mixité sociale et culturelle ?

Nous proposons une formation pour les personnes ayant besoin de développer leur aisance à l'oral. Ce parcours d'enrichissement permet une véritable progression en situation professionnelle et/ou personnelle. L'enseignement se fait en cours collectifs. Le contenu du parcours est défini avec les participants afin d'assurer un contenu pédagogique en adéquation avec les besoins professionnels.

### **Pourquoi ?**

- ✓ Pour développer sa force de conviction, son aisance verbale et corporelle dans des situations professionnelles.
- ✓ Pour maîtriser la conduite d'entretien ou de réunion, une présentation orale en interne ou en externe.
- ✓ Pour des espoirs d'évolution professionnelle.
- ✓ Pour développer la confiance en soi à travers des techniques issues du théâtre.
- ✓ Pour améliorer son relationnel au quotidien.
- ✓ Pour développer des moments de convivialité et de solidarité entre les employés.

Faire appel à une association présente depuis très longtemps sur le territoire, c'est aussi :

- ✓ Contribuer à un plus grand ancrage dans ce territoire.
- ✓ Créer du lien entre les salariés et les acteurs de l'économie sociale et solidaire.
- ✓ Participer au développement d'un projet d'intérêt général.

### **Objectifs pédagogiques**

S'exprimer à l'oral, gérer son stress et occuper l'espace dans un cadre professionnel et/ou convivial (en fonction des besoins et des priorités exprimés par la structure demandeuse et l'apprenant).

Le niveau visé dans les différentes compétences sera évalué selon le niveau de départ de l'élève et de ses besoins au vu de son projet professionnel.

**Les situations de communication traitées :**

- ✓ Prise de parole directe (face à une ou plusieurs personnes).
- ✓ Prise de parole indirecte (téléphone, visioconférences...).
- ✓ Prise de parole avec ses collègues ou sa hiérarchie.
- ✓ Conduite d'entretien ou de réunion.
- ✓ Présentation orale en interne ou en externe.

**Les compétences visées :**

- ✓ Améliorer sa posture corporelle et contrôler sa respiration.
- ✓ Intensifier sa capacité de conviction à l'oral.
- ✓ S'exprimer avec fluidité et savoir articuler.
- ✓ S'exprimer de manière de manière claire, compréhensible et audible.
- ✓ Développer sa capacité d'écoute lors d'un échange.
- ✓ Prendre conscience du groupe et de l'espace.
- ✓ Harmoniser sa communication orale et corporelle.
- ✓ Gérer ses émotions pour contrôler son stress.

## Comment ça se passe ?

**Nous proposons une formation structurée :**

- ✓ Entretien individuel pour analyser les besoins du participant et auto-évaluation de son aisance à l'oral (expression orale, positionnement de la voix, placement du corps dans l'espace, niveau de stress).
  - ✓ Enregistrement d'une prise de parole filmée comme base de départ de la formation.
  - ✓ Définition des objectifs pédagogiques de la formation, en fonction des besoins, du niveau et des priorités de chaque apprenant.
- 
- ✓ Visionnage de situations de prises de parole en vue d'une analyse critique en groupe (forces et faiblesses).
  - ✓ Travail individuel avec une pédagogie ludique et participative basée exclusivement sur des exercices d'entraînement d'acteur adaptés pour des "non-acteurs" (improvisations, lecture de textes, exercices d'éloquence, utilisation de différents registres de discours...).
  - ✓ Pratique de l'expression orale accentuée avec des travaux pratiques. Par un biais créatif, les exercices sollicitent à la fois le contrôle des émotions, le corps et la voix pour développer son aisance orale.
  - ✓ Une évaluation de fin pour clôturer la formation (expression orale à travers une présentation improvisée et la lecture d'un texte, positionnement de la voix, placement du corps dans l'espace). Enregistrement d'une vidéo finale comme point de comparaison avec la vidéo initiale.

## **Protocole d'évaluation :**

Évaluation sur trois axes de la prise de parole : la technique, la prise de confiance et la structure du discours.

L'apprenant sera évalué tout au long de la formation, grâce à :

- un test initial,
- un test intermédiaire,
- un test final, permettant d'évaluer sa progression.

Le formateur évalue, à chaque test, les trois volets évoqués pour déterminer si la compétence visée est non-acquise, partiellement acquise, acquise ou dépassée, et ce selon les critères d'évaluation cités en annexe.

## **Organisation de la formation :**

**Public :** toute personne souhaitant développer sa posture et son impact à l'oral.

**Prérequis :** niveau de français B1.

**Modalités :** formation en présentiel.

**Calendrier et durée totale de la formation :** à définir avec le bénéficiaire et, le cas échéant, la structure finançant la formation.

**Horaires et rythme :** à définir avec le bénéficiaire et, le cas échéant, la structure finançant la formation.

**Délai d'accès : 2 mois.**

## **Ce que nous mettons à disposition**

- ✓ Un.e spécialiste en technique théâtrale.
- ✓ L'ensemble des équipements nécessaires à la bonne tenue des modules (audio, vidéo...).
- ✓ Des supports de cours et un espace partagé sur internet regroupant les supports de cours et différentes ressources pédagogiques.

## **Ce dont nous avons besoin**

- ✓ Une salle spacieuse, modulable et équipée (tableau).
- ✓ Des tables et des chaises.
- ✓ Un vidéo projecteur avec surface de projection.
- ✓ Une connexion internet.

## **Accessibilité**

L'association s'assure que les locaux proposés par les structures soient accessibles aux personnes à mobilité réduite.

Les formations peuvent être adaptées pour les personnes malvoyantes. Nous contacter pour plus d'informations. Le tarif pourra être revu en fonction du besoin du ou des candidats concernés.



Pour toute autre situation de handicap ou problématique liée aux conditions d'accès, vous pouvez contacter notre référente handicap, Adélaïde Pitre, au 09 72 43 50 38 et par mail à [motsetregards@gmail.com](mailto:motsetregards@gmail.com).

## Tarifs

Formation collective (6 à 12 personnes) – 21 heures sur 3 jours – 2 940 euros TTC  
Formation prise en charge par la formation professionnelle.

## Calendrier de la Formation

A déterminer avec la structure (demande à effectuer 2 mois avant le début de la formation).  
Sessions de formations possibles entre octobre 2023 et mai 2024.

**Pour toute demande de renseignement, contacter :**

Association Mots et Regards  
Adélaïde Pitre  
[motsetregards@gmail.com](mailto:motsetregards@gmail.com)  
09 72 43 50 38

## ANNEXE : critères d'évaluation

### Grille d'évaluation et critères

Au cours de cette formation, vous serez invités à mobiliser trois axes de la prise de parole : la technique, la prise de confiance et la structure du discours. Chacun de ses volets vous permettra d'acquérir, ou non, une compétence thématique (ex : "J'utilise les registres de langue à bon escient", "Je gère l'imprévu", "Je hiérarchise mes idées", etc.). En tant que formateur, je me permettrai de vous évaluer, à chaque séance, sur les trois volets évoqués pour déterminer si la compétence visée est non-acquise, partiellement acquise, acquise ou dépassée, et ce selon les critères d'évaluation suivants :

<b>Compétence non-acquise (NA) - 0 à 1 pt</b>
<i>Technique</i> : L'apprenant-e n'adopte pas la tenue ou le vocabulaire nécessaire dans le contexte approprié.
<i>Prise de confiance</i> : L'apprenant-e a encore des difficultés à se sentir à l'aise et à se placer dans un groupe.
<i>Structure</i> : La compétence ciblée n'est pas acquise car le discours reste trop décousu ou incohérent.
<b>Compétence partiellement acquise (PA) - 2 à 3 pts</b>
<i>Technique</i> : L'apprenant-e a pu comprendre certains codes de la prise de parole, mais des maladresses continuent d'entraver la bonne tenue du discours.
<i>Prise de confiance</i> : L'apprenant-e montre une certaine aisance mais est toujours freiné-e par certains obstacles émotionnels ou situationnels.
<i>Structure</i> : Certains jalons de la compétence sont maîtrisés, mais ceux-ci ne suffisent pas à faire parvenir pleinement le discours.
<b>Compétence acquise (A) - 4 à 5 pts</b>
<i>Technique</i> : L'apprenant-e utilise la langue avec pertinence, est intelligible et se tient correctement face à ses interlocuteurs. Certaines maladresses peuvent persister.
<i>Prise de confiance</i> : L'apprenant-e se sent à l'aise individuellement et en groupe mais peut être déstabilisé-e dans des situations particulièrement stressantes ou fragilisantes.
<i>Structure</i> : La compétence mobilisée est acquise parce qu'elle contribue à rendre le discours clair et concis pour l'interlocuteur. Certaines failles sont à constater, mais celles-ci n'entravent la bonne transmission du contenu.
<b>Compétence dépassée (D) - ... &gt; 5</b>
<i>Technique</i> : L'apprenant-e s'exprime avec clarté et a compris les subtilités de la technique orale. Elle-il sait prendre possession de l'espace et gérer sa voix et son corps en fonction des situations.
<i>Prise de confiance</i> : L'apprenant-e arrive à canaliser ses émotions et, même quand celles-ci sont importantes, parvient à les canaliser pour qu'elles ne prennent pas le dessus. Il-elle

parvient à décrire son parcours avec conviction.

*Structure* : La compétence est totalement comprise, de sorte qu'elle permet la construction d'un discours subtil et concis, permettant une communication complète des informations visées. Le plan de pensée est précis et la parole naturelle.